

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ХАБАРОВСКОГО КРАЯ
КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ХАБАРОВСКИЙ КОЛЛЕДЖ ОТРАСЛЕВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ
И СФЕРЫ ОБСЛУЖИВАНИЯ»
(КГБ ПОУ ХКОТСО)**



УТВЕРЖДАЮ
Директор КГБ ПОУ ХКОТСО
И.В. Банкрашкова
2026 г.

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда для грузчика

ИОТ № 66-2026

г. Хабаровск
2026

Настоящая инструкция по охране труда разработана в соответствии с Приказами Минтруда России от 29 октября 2021 года № 772н «Об утверждении основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда», от 28.10.2020 № 753н «Правила по охране труда при погрузо-разгрузочных работах и размещении грузов», от 07.12.2020 № 866н «Об утверждении правил по охране труда при производстве отдельных видов пищевой продукции», от 15.12.2020 № 903н «Об утверждении правил по охране труда при эксплуатации электроустановок», разделом X Трудового кодекса Российской Федерации и иными нормативными правовыми актами по охране труда.

1. Общие требования охраны труда

1.1. Данная инструкция по охране труда для грузчика составлена в целях обеспечения безопасности его труда и сохранения жизни и здоровья при выполнении им трудовых обязанностей. Инструкция устанавливает требования охраны перед началом, во время и по окончании работы сотрудника, выполняющего обязанности грузчика в колледже, определяет безопасные методы и приемы выполнения работ на рабочем месте, а также требования охраны труда в возможных аварийных ситуациях.

1.2. К выполнению обязанностей грузчика допускаются лица, которые достигли возраста 18 лет, имеющие образование, соответствующее требованиям к квалификации по своей должности, соответствующие требованиям, касающимся прохождения предварительного (при поступлении на работу) и периодических медицинских осмотров, внеочередных медицинских осмотров по направлению работодателя.

1.3. При приеме на работу грузчик проходит в установленном порядке вводный инструктаж, первичный инструктаж на рабочем месте до начала самостоятельной работы (если его профессия и должность не входит в утвержденный директором Перечень освобожденных от прохождения инструктажа профессий и должностей), повторные инструктажи не реже одного раза в шесть месяцев, а также внеплановые и целевые в случаях, установленных Порядком обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда работников организаций.

1.4. Грузчик должен изучить инструкцию по охране труда для грузчика. Пройти обучение по охране труда и проверку знания требований охраны труда, обучение методам и приемам оказания первой помощи пострадавшим, правилам пожарной безопасности и электробезопасности, а также проверку знаний правил в объеме должностных обязанностей с присвоением I квалификационной группы допуска по электробезопасности.

1.5. Инструкция по охране труда разработана с целью обеспечения безопасной работы для грузчика на рабочем месте в помещениях столовой, в иных помещениях и при нахождении на территории колледжа, а также предотвращения фактов травмирования работника.

1.6. Грузчик в целях соблюдения требований охраны труда обязан:

- соблюдать требования охраны труда, пожарной и электробезопасности при выполнении работ;
- соблюдать требования производственной санитарии, правила личной гигиены;
- соблюдать требования к ношению спецодежды и использованию других индивидуальных средств защиты;
- знать способы рациональной организации рабочего места;
- иметь четкое представление об опасных факторах, связанных с выполнением работ, знать основные способы защиты от их воздействия;
- заботиться о личной безопасности и личном здоровье, а также о безопасности окружающих в процессе выполнения работ либо во время нахождения на территории колледжа;
- пользоваться электроприборами согласно инструкциям по эксплуатации;
- выполнять только ту работу, которая относится к должностным обязанностям

и поручена непосредственным руководителем, при создании условий безопасного ее выполнения;

- знать порядок действий при возникновении пожара или иной чрезвычайной ситуации и эвакуации, сигналы оповещения о пожаре;
- уметь пользоваться первичными средствами пожаротушения;
- знать месторасположение аптечки и уметь оказывать первую помощь пострадавшему;
- соблюдать Правила внутреннего трудового распорядка и Устав колледжа;
- соблюдать установленные режимы труда и отдыха, трудовую дисциплину;
- соблюдать должностную инструкцию грузчика.

1.7. Опасные и (или) вредные производственные факторы, которые могут воздействовать в процессе работы на грузчика, отсутствуют (результат СОУТ).

Перечень профессиональных рисков при работе грузчиком:

Механические опасности:

- опасность пореза в результате воздействия движущихся режущих частей механизмов, машин;
- опасность удара из-за падения снега или сосулек;
- опасность падения на ноги тяжелого предмета;
- опасность пореза в результате воздействия острого режущего инструмента;
- опасность пореза в результате воздействия острых кромок и заусенцев;
- опасность удара из-за падения случайных предметов;
- опасность падения из-за потери равновесия при поскользывании, при передвижении по скользким поверхностям или мокрым полам;
- опасность падения из-за потери равновесия при спотыкании;
- столкновение с неподвижным предметом или элементом конструкции оказавшейся на пути следования.

Электрические опасности:

- опасность поражения электрическим током вследствие контакта с токопроводящими частями, которые находятся под напряжением из-за неисправного состояния (косвенное прикосновение) до 380 В.

Термические опасности:

- опасность ожога из-за контакта с поверхностью, имеющей высокую температуру.

Опасности, связанные с воздействием микроклимата и климатические опасности:

- опасности перегрева из-за воздействия повышенной температуры воздуха.

Опасности, связанные с воздействием тяжести и напряженности трудового процесса:

- опасность физических перегрузок при неудобной рабочей позе (статические нагрузки при незначительной общей мышечной двигательной нагрузке)
- опасность физических перегрузок при чрезмерных физических усилиях при перемещении предметов и деталей.

Опасности пожара:

- опасность от вдыхания дыма, паров вредных газов и пыли при пожаре.

Опасности насилия:

- опасность насилия от третьих лиц, от враждебно настроенных работников (психофизическое воздействие).

1.8. В целях соблюдения правил личной гигиены и эпидемиологических норм грузчик должен:

- оставлять верхнюю одежду, обувь в предназначенных для этого местах;
- мыть руки с мылом, использовать кожные антисептики после соприкосновения с загрязненными предметами, перед началом работы, после посещения туалета, перед приемом пищи, после соприкосновения с дезинфицирующими средствами;
- не допускать приема пищи в рабочем месте, проветривать рабочее место;
- соблюдать требования СП 2.4.3648-20, СанПиН 1.2.3685-21, СП 3.1/2.4.3598-20.

1.9. Запрещается выполнять работу, находясь в состоянии алкогольного опьянения либо в состоянии, вызванном потреблением наркотических средств, психотропных, токсических или других одурманивающих веществ, а также распивать спиртные напитки, употреблять наркотические средства, психотропные, токсические или другие одурманивающие вещества на рабочем месте или в рабочее время.

1.10. Грузчик, допустивший нарушение или невыполнение требований настоящей инструкции по охране труда, рассматривается как нарушитель производственной дисциплины и может быть привлечён к дисциплинарной ответственности и прохождению внеочередной проверки знаний требований охраны труда, а в зависимости от последствий и к уголовной, если нарушение повлекло материальный ущерб - к материальной ответственности в установленном порядке.

2. Требования охраны труда перед началом работы

Грузчик колледжа должен:

2.1. Не приступать к работе при плохом самочувствии.

2.2. Прибыть на работу заблаговременно для исключения спешки и, как следствие, падения и получения травмы.

2.3. Проверить и надеть специальную одежду и специальную обувь, приготовить другие средства индивидуальной защиты. Запрещается работать в личной одежде. Запрещается закалывать одежду булавками, иголками, держать в карманах одежды острые, бьющиеся предметы.

2.4. Проверить окна в производственных и подсобных помещениях столовой (кладовых, загрузочных, помещений для хранения инвентаря и т.п.) на наличие трещин и иное нарушение целостности стекол.

2.5. Грузчик, перед проведением погрузо-разгрузочных работ обязан:

- включить и отрегулировать местное освещение;
- проверить наличие и исправность первичных средств пожаротушения;
- подготовить необходимые средства индивидуальной защиты и проверить их исправность;
- проверить рабочее место, в том числе проходы и эвакуационные выходы на соответствие требованиям безопасности;
- удалить из зоны производства работ посторонних лиц;
- перед началом работы с дополнительными средствами для осуществления погрузочно-разгрузочных работ необходимо убедиться в их исправности и соответствии веса поднимаемого груза грузоподъемности оборудования.

2.6. Визуально оценить состояние выключателей, включить полностью освещение на рабочем кабинете, в производственных и подсобных помещениях столовой (кладовых, загрузочных, помещений для хранения инвентаря и т.п.) и убедиться в исправности электрооборудования:

- осветительные приборы должны быть исправны и надежно подвешены к потолку, иметь целостную светорассеивающую конструкцию и не содержать следов загрязнений;
- уровень искусственной освещенности:
 - на рабочем месте должен составлять не менее 300 люкс;
 - в подсобных помещениях столовой (кладовых, загрузочных, помещений для хранения инвентаря и т.п.) – не менее 75 люкс;
- коммутационные коробки должны быть закрыты крышками, корпуса выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенных контактов.

2.7. Проверить годность к эксплуатации и применению средств индивидуальной защиты.

2.8. Провести осмотр санитарного состояния рабочего места. Рационально организовать свое рабочее место, привести его в порядок.

2.9. Произвести сквозное проветривание помещения, открыв окна или форточки и двери.

2.10. Удостовериться, что температура воздуха в помещениях, где производятся работы, соответствует требуемым санитарным нормам 18-24°C, в теплый период года не более 28°C.

2.11. Спланировать и равномерно распределить выполнение работы с обязательными перерывами на отдых и прием пищи.

2.12. Проверить наличие и исправность инвентаря, приспособлений. В случае непригодности инвентаря и приспособлений требовать от непосредственного руководителя изъятия и замены. Запрещается работать неисправными приспособлениями или на неисправном оборудовании.

2.13. Перед началом работы и после посещения туалета мыть руки с мылом.

2.14. Внимательно осмотреть рабочее место и подготовить его таким образом, чтобы исключить возможность прикосновения к горячим или переохлажденным частям оборудования и коммуникаций, а также нахождение в непосредственной близости от таких частей, для предотвращения ожогов, перегрева или переохлаждения, убрать все лишние предметы, не загромождая при этом проходы. Убедиться в том, что рабочее место достаточно освещено.

2.15. При осмотре инструмента и приспособлений грузчику необходимо:

- обратить внимание на рукоятки, которые должны быть изготовлены из твердых и вязущих пород дерева (березы, клена, рябины, ясеня), чисто остроганы и не иметь трещин;
- мостики для проезда тележек и перехода грузчиков в склад и обратно должны иметь ширину не менее 1 метра;

- сходни и мостики должны быть изготовлены из досок толщиной не менее 50 мм, скреплены с нижней стороны деревянными или железными планками на расстоянии не более 500 мм друг от друга. Гвозди, скрепляющие сходни, должны быть забиты шляпками с верхней стороны доски, загнуты и не иметь торчащих концов. При длине сходней свыше 3-х метров обязательно подставлять козлы под середину сходни;

- катальные доски должны быть шириной не менее 250 мм и не тоньше 50 мм и не должны прогибаться при перемещении по ним груза. Для увеличения прочности досок скрепить их поперечными планками.

2.16. Выполнять погрузочно-разгрузочные работы необходимо только на специально отведенных участках, площадках. Укладку грузов производить только на специально выделенных местах.

2.17. В холодное время года очистить от снега проходы, проезды и погрузочно-разгрузочные площадки. При обледенении посыпать их песком, шлаком или другим противоскользящим материалом.

2.18. Убедиться в отсутствии посторонних лиц в местах производства погрузочно-разгрузочных работ и в зонах работы грузоподъемных машин, а также в местах возможного обрушения и падения грузов.

2.19. Приступать к работе грузчику разрешается после выполнения подготовительных мероприятий и устранения всех недостатков и неисправностей.

2.20. Каждый груз должен быть тщательно осмотрен. При обнаружении малейшего повреждения тары, упаковки или груза, необходимо сообщить об этом непосредственному руководителю для принятия дополнительных мер предосторожности, обеспечивающих сохранность и целостность груза, безопасность работников и требования безопасности при производстве работ.

2.21. Грузчик не должен приступать к выполнению работ при следующих нарушениях требований охраны труда:

- отсутствие необходимых и исправных средств механизации;
- загроможденность рабочей зоны;
- недостаточная освещенность рабочих мест, проходов и проездов;
- наличие помех (выступающих предметов, оголенных проводов и пр.) в зоне производства работ.

2.22. При обнаружении поломок оборудования, инструментов и приспособлений сообщить заместителю директора по административно-хозяйственной работе (при отсутствии – иному должностному лицу), руководителю отделения ПКРС (при отсутствии – иному должностному лицу), заведующему отделению по административно-хозяйственной работе (при отсутствии – иному должностному лицу), заведующему производством и не использовать их до полного устранения всех выявленных недостатков и получения разрешения.

3. Требования охраны труда во время работы

Во время работы грузчику необходимо:

3.1. При выполнении работы необходимо строго соблюдать данную инструкцию по охране труда, содержать в чистоте и порядке рабочее место, при погрузке и разгрузке груза не загромождать установленных проходов и проездов, пути эвакуации посторонними предметами, порожней тарой, инвентарем, излишними запасами сырья, продукцией. Порожнюю тару необходимо своевременно убирать в отведенное для этого место.

Не загромождать подходы к первичным средствам пожаротушения посторонними предметами.

3.2. В процессе работы соблюдать санитарно-гигиенические нормы и правила личной гигиены.

3.3. Выполнять только ту работу, которая поручена администрацией колледжа. Не выполнять действий, которые потенциально способны привести к несчастному случаю.

3.4. При выполнении работ необходимо быть внимательным, не отвлекаться посторонними делами и разговорами, не отвлекать других от работы.

3.5. Небрежное отношение к работе может привести к травмированию себя или находящегося рядом человека.

3.6. В процессе работы по погрузке-разгрузке продуктов работник должен руководствоваться правилами эксплуатации оборудования, используемого на данном виде работ, применять безопасные способы и приемы выполнения работ, выполнять только ту работу, по которой прошел обучение, инструктаж по охране труда и к которой допущен.

3.7. Не выполнять работу на машинах и агрегатах, устройство которых не знакомы работнику, к работе на которых работник не обучен, не разрешается допускать к выполнению своей работы необученных и посторонних лиц. Не допускать на место погрузочно-разгрузочных работ лиц, не имеющих отношения к выполнению этих работ.

3.8. При выполнении работ необходимо придерживаться принятых технологий и правил. Не допускать применения способов, ускоряющих выполнение операций, но ведущих к нарушению требований безопасности труда.

3.9. Запрещается поручать свою работу необученным и посторонним лицам, привлекать к погрузочно-разгрузочным работам лиц с потерей слуха.

3.10. Выполнять работы следует только исправным инвентарем, инструментом и приспособлениями, применять их строго по назначению. Все погрузочно-разгрузочные работы необходимо проводить в рукавицах, спецодежде и обуви, в светлое время суток.

3.11. Груз следует укладывать в штабели прочно, чтобы не упал.

3.12. Запрещается складывать материалы навалом, вплотную к заборам и стенкам различных сооружений и устройств. При производстве погрузочно-разгрузочных работ грузчику запрещается находиться в зоне возможного смещения, падения или опрокидывания груза.

3.13. При переноске грузов работник должен выбирать свободный, ровный и наиболее короткий путь.

3.14. При перекачивании на ровной поверхности бочек, рулонов, барабанов и других подобных грузов находиться за перемещаемым грузом и не допускать, чтобы скорость груза была больше скорости рабочего.

3.15. При перемещении грузов в ящиках во избежание ранения рук каждый ящик предварительно осмотреть, торчащие гвозди и концы железной обвязки загнуть.

3.16. Не допускается переноска тяжелого груза по наклонным сходам, если высота их по вертикали превышает 3 метра.

3.17. Перед погрузкой или разгрузкой каждое место груза тщательно осмотреть. В случае обнаружения малейших повреждений тары груз брать лишь при соблюдении особых мер предосторожности. При сильном повреждении тары вызвать руководителя работ, который обязан указать безопасные способы производства работ. При обнаружении разбитых бутылей и ящиков произвести уборку.

3.18. Не перекачивать и не кантовать груз на себя. При перекачивании груза не допускать, чтобы он двигался быстрее шага рабочего.

3.19. При транспортировке грузов краном не стоять под грузом, не проходить под ним, а также не находиться вблизи него.

3.20. Во избежание несчастного случая (придавливание ноги или руки к полу) тяжёлые предметы следует устанавливать на специальные подкладки.

3.21. Для исключения действия опасных и вредных факторов при выполнении работ соблюдать правила ношения спецодежды и использования иных средств индивидуальной защиты в соответствии с условиями и характером выполняемой работы, строго соблюдать требования по их применению.

3.22. Для снижения физической перегрузки и утомляемости грузчик не должен допускать подъем и перемещение вручную тяжестей, превышающих установленные предельно допустимые нормы. При проведении работ следует применять средства малой механизации, а также равномерно распределять физические нагрузки в течение рабочего дня.

3.23. При подъеме и перемещении предметов соблюдать предельно-допустимые нормы при подъеме и перемещении тяжестей:

- при разовом подъеме (без перемещения): мужчинами - не более 50 кг, женщинами - не более 15 кг;

- при чередовании с другой работой (до 2 раз в час): мужчинами - до 30 кг, женщинами - до 10 кг;

- постоянно в течение рабочего дня: мужчинами - до 15 кг, женщинами - до 7 кг.

Запрещается поднимать без помощи средств механизации и переносить тяжести свыше установленной нормы.

3.24. При использовании грузчиком тележки следует убедиться в исправности колес, ручки и ограждений тележки. Загружать тележку следует таким образом, чтобы груз не выступал за габариты ограждения тележки, и исключалась возможность его самопроизвольного выпадения в процессе транспортировки.

3.25. Передвигать тележки, передвижные стеллажи необходимо в направлении "от себя". Во избежание падения при передвижении следует своевременно принимать меры по уборке случайно пролитых жидкостей, жира, упавших на пол продуктов.

3.26. В случае возникновения экстренных ситуаций или невозможности выполнения работы по каким-либо причинам, сообщить о них заведующему производством.

3.27. Не выходить из пищеблока (кухни) вспотевшим на улицу, к открытому окну или в прохладное помещение.

3.28. Выполнять правила в помещениях и на территории колледжа:

- во время ходьбы быть внимательным и контролировать изменение окружающей обстановки;

- ходить по коридорам и лестничным маршам, придерживаясь правой стороны,

осторожно и не спеша;

- не ходить по мокрому полу;
- при передвижении по лестничным пролетам соблюдать осторожность и внимательность, не наклоняться за перила, не перешагивать и не перепрыгивать через ступеньки;
- обращать внимание на неровности и скользкие места в помещениях и на территории колледжа, обходить их и остерегаться падения;
- не проходить ближе 1,5 метра от стен зданий колледжа;
- в зимний период на территории колледжа перемещаться осторожно и только по установленным дорожкам, посыпанным безопасной противогололедной смесью (песком), при спуске и подъеме по ступенькам держаться за перила.

3.29. Запрещается принимать пищу и курить во время проведения работ.

3.30. Соблюдать в работе инструкцию по охране труда для грузчика, санитарно-гигиенические нормы и правила личной гигиены, установленный режим рабочего времени (труда) и времени отдыха, инструкцию о мерах пожарной безопасности на кухне.

3.31. Во время работы грузчиком в колледже быть вежливым, вести себя спокойно и выдержанно, избегать конфликтных ситуаций, которые могут вызвать нервноэмоциональное напряжение и отразиться на безопасности труда.

3.32. При возникновении неисправностей во время работы инструментов, приспособлений, электрооборудования необходимо обесточить его и сообщить об этом заведующему производством.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. Грузчик обязан немедленно известить директора колледжа, руководителя отделением ПКРС, заведующего производством:

- о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью обучающихся и работников колледжа;

- о факте возникновения аварийных ситуаций в работе систем электроснабжения, теплоснабжения, водоснабжения, водоотведения, технологического и холодильного оборудования, которые создают угрозу возникновения и распространения инфекционных заболеваний и отравлений;

- о каждом несчастном случае, произошедшем в колледже.

4.2. Основные возможные аварии и аварийные ситуации, причины их вызывающие:

- пожар, возгорание, задымление, поражение электрическим током вследствие неисправности электроприборов, шнуров питания;

- прорыв системы отопления, водоснабжения, канализации из-за износа труб;

- выполнение работ с нарушением требований настоящей инструкции по охране труда;

- неисправность используемых в работе оборудования, инструмента, приспособлений и инвентаря;

- эксплуатация оборудования, не соответствующего требованиям по охране труда;

- террористический акт или угроза его совершения.

4.3. В случае возникновения аварийных ситуаций в работе систем электроснабжения, теплоснабжения, водоснабжения, водоотведения, технологического и холодильного оборудования, которые создают угрозу возникновения и распространения инфекционных заболеваний и отравлений оперативно сообщать о происшествии заместителю директора по административно-хозяйственной части, руководителю отделения ПКРС (при отсутствии – иному должностному лицу), заведующему отделением по административно-хозяйственной работе (при отсутствии – иному должностному лицу), заведующему производством принять необходимые меры для обеспечения безопасности проходящих людей и оградить аварийные места.

4.4. При возникновении каких-либо причин, делающих выполнение погрузо-разгрузочных работ опасным для здоровья, следует немедленно прекратить работу и оповестить о случившемся заведующему производством. Работу разрешается возобновить только после устранения всех аварийных факторов.

4.10. В случае получения травмы грузчик должен прекратить работу, позвать на помощь, воспользоваться аптечкой первой помощи, поставить в известность директора колледжа (при отсутствии иное должностное лицо), руководителя отделения ПКРС (при отсутствии иное должностное лицо) и обратиться в медицинский пункт. При получении травмы иным работником или обучающимся оказать ему первую помощь. При необходимости, вызвать скорую медицинскую помощь по телефону 03 (103, 112 - с мобильного телефона) и сообщить о происшествии директору колледжа (при отсутствии – иному должностному лицу), руководителю отделения ПКРС (при отсутствии – иному должностному лицу), заведующему производством. Обеспечить до начала расследования сохранность обстановки на месте происшествия, а если это невозможно (существует угроза жизни и здоровью окружающих) – фиксирование обстановки путем фотографирования или иным методом. Оказать содействие при проведении расследования несчастного случая.

4.6. В случае возникновения задымления или возгорания немедленно прекратить работу, принять меры к эвакуации сотрудников, посетителей и обучающихся из опасной зоны в безопасное место, оповестить голосом о пожаре и вручную задействовать АПС, вызвать пожарную охрану по телефону 01 (101, 112 - с мобильного телефона) сообщить директору колледжа (при отсутствии – иному должностному лицу), руководителю отделения ПКРС (при отсутствии – иному должностному лицу). При условии отсутствия угрозы жизни и здоровью людей принять меры к ликвидации пожара в начальной стадии с помощью первичных средств пожаротушения.

4.7. В случае угрозы или возникновения очага опасного воздействия техногенного характера, угрозы или приведения в исполнение террористического акта следует руководствоваться Планом эвакуации, инструкцией о порядке действий в случае угрозы и возникновении ЧС террористического характера.

5. Требования охраны труда по окончании работы

По окончании работы грузчику необходимо:

5.1. Навести чистоту на месте проведения работ.

5.2. Собрать все инструменты и приспособления и убрать их в отведенное для этого место.

5.3. Снять с себя спецодежду и поместить её в гардеробный шкаф, вымыть руки и лицо с мылом, принять душ.

5.4. Сообщить заведующему производством обо всех неисправностях, замеченных во время работы, и принятых мерах по их устранению.

Исполнитель:
Специалист по охране труда

И.В. Удимец

ЛИСТ ОЗНАКОМЛЕНИЯ

с инструкцией по охране труда для грузчика

Инструкцию изучил и обязуюсь выполнять:

№ п/п	Ф.И.О.	Должность	Дата	Подпись
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				